

GESTION DE CLASSE

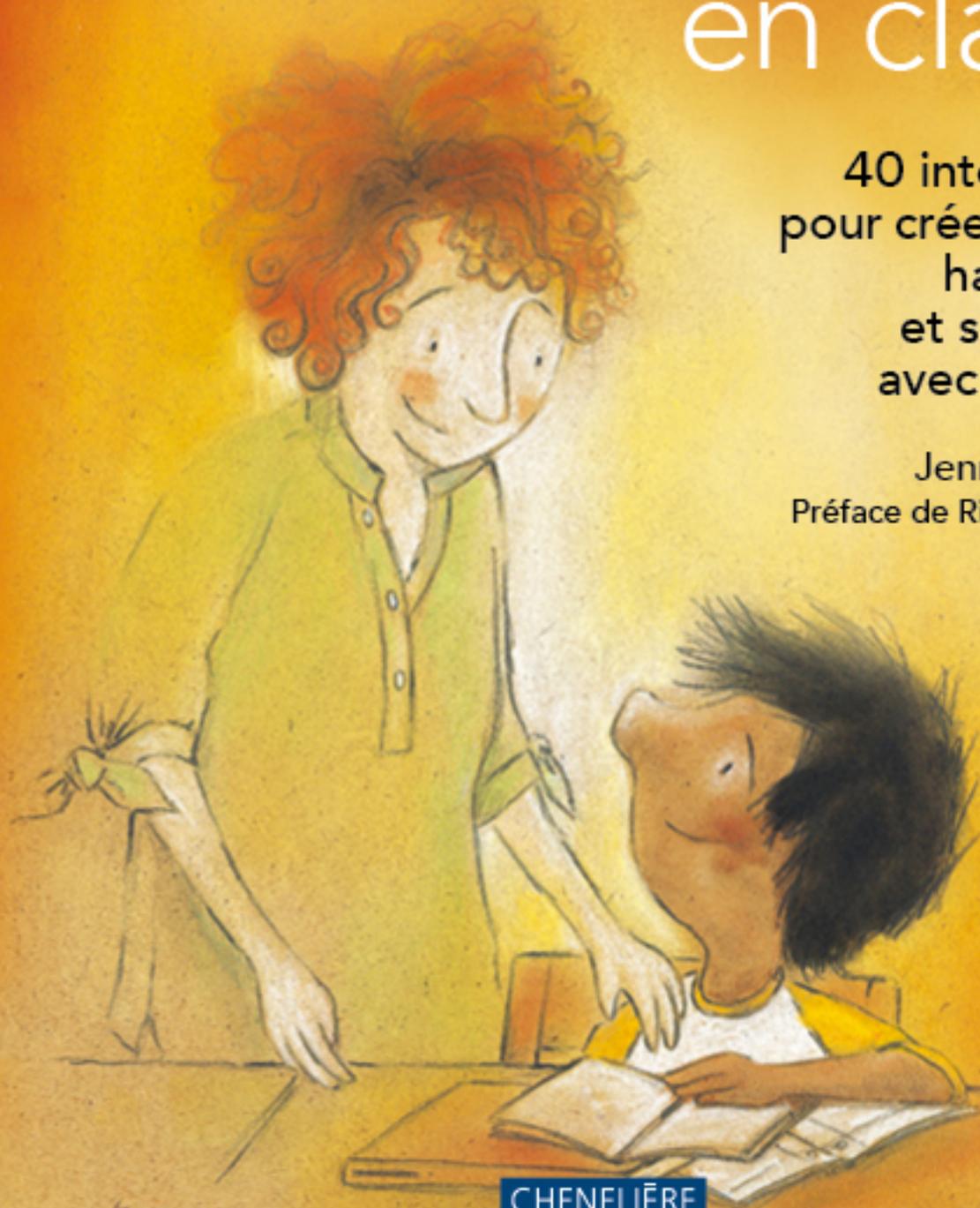
DIDACTIQUE

5 à 12 ans

La relation d'attachement en classe

40 interventions
pour créer des liens
harmonieux
et sécurisants
avec les élèves

Jennyfer Breault
Préface de Richard Robillard



CHENELIÈRE
ÉDUCATION

Préface

Jennyfer Breault nous propose ici un livre fondamental traitant d'un sujet qui est au cœur de mes recherches. En effet, après plus de 50 ans à œuvrer dans le monde de l'éducation et à assumer diverses fonctions, il m'apparaît capital de préciser les fondements sur lesquels s'appuie ma pratique éducative et pédagogique. Un fondement, c'est ce qui a de l'importance, c'est ce qui possède un caractère essentiel, voire vital, et qui détermine nos actions auprès des enfants.

Des fondements issus de recherches scientifiques

Les recherches scientifiques dans le domaine des sciences de l'éducation, de la psychopédagogie, de l'intelligence émotionnelle et relationnelle, de la maturité développementale, des neurosciences affectives et sociales, de la psychologie positive et de la théorie de l'attachement m'ont permis de préciser les fondements qui guident ma pratique éducative auprès des jeunes. Voici ces fondements.

- Le cerveau de l'enfant et de l'adolescent est immature et très vulnérable. Voilà un constat fondamental que nous devons absolument prendre en considération lorsque nous intervenons auprès d'un jeune.
- L'enfant possède naturellement la capacité de bonté, d'empathie et d'altruisme, et l'éducation doit s'appuyer sur cette propension naturelle chez l'enfant (Lecomte, 2014).
- Chaque enfant fait de son mieux avec ce qu'il possède comme maturité affective au moment où il agit. Il fait du mieux qu'il peut avec son potentiel neurologique en développement.
- Chaque comportement de l'enfant et de l'adolescent est une manière de nous communiquer ce qui se passe dans son for intérieur. Les comportements inappropriés, voire difficiles pour lui-même et son entourage, dénotent une tension, un stress, une anxiété, une souffrance et souvent un blocage de sa maturité affective.
- Chaque enfant a besoin de ressentir une sécurité affective avec des adultes, ce qui lui permet de vivre une saine exploration de son environnement et lui offre la certitude qu'il sera entre autres accueilli, écouté, entendu, reçu, réconforté et soutenu lorsqu'il vit des situations stressantes, voire anxiogènes.
- Chaque enfant a besoin de recevoir, de la part des adultes, des interventions positives, encourageantes et optimistes pour favoriser des apprentissages significatifs conduisant à des réussites personnelles, relationnelles et sociales.
- Enfin, tous les enfants cherchent à être heureux. Pour être heureux, il leur est essentiel qu'ils soient en présence d'adultes attachants, matures, empathiques, bienveillants, responsables et solides. Un enfant ne peut se développer sans la présence de ces adultes et un lien d'attachement sécurisant.

L'importance cruciale du lien d'attachement à l'école

Un de ces fondements capitaux est le lien vital et crucial de l'attachement de l'enfant aux adultes. Pour MacNamara (2017), «l'attachement est le besoin prééminent du jeune enfant» (p. 99), à savoir un lien qui permet à l'enfant de se sentir en sécurité afin qu'il puisse explorer son environnement avec le moins de stress possible et s'épanouir librement. Comme le mentionne Pistorio (2015), «qu'on réponde adéquatement à ce besoin relationnel permet à l'enfant d'ancrer une sécurité intérieure qu'il portera tout au long de sa vie et l'incitera à satisfaire, aussitôt qu'il le ressentira, l'élan spontané de partir à la conquête du monde» (p. 15).

À l'école, pour développer son potentiel humain, s'épanouir en toute sécurité et apprendre avec liberté, l'élève a besoin d'être en présence de figures d'attachement qui lui procurent un sentiment de «pouvoir compter sur une personne qui comprend [ses] émotions et [ses] besoins et qui, en cas de détresse, sait y répondre» (Gueguen, 2018, p. 92).

C'est dans cet esprit que Jennyfer Breault nous invite à explorer son ouvrage. En plus d'adhérer aux fondements mentionnés précédemment, elle nous offre un outil qui permet de nous sensibiliser à l'importance du lien d'attachement et de comprendre quelques fondements de la théorie de l'attachement. Elle nous guide aussi dans la mise en œuvre de pratiques, d'interventions, d'exercices et d'activités propices à favoriser la construction et le maintien tout au long de l'année scolaire d'un lien d'attachement sécurisant.

C'est un ouvrage que je m'empresse de recommander à toutes les personnes qui possèdent cette certitude de l'importance du lien d'attachement sécurisant et de la nécessité d'être une figure d'attachement pour chacun des élèves.

Richard Robillard

Psychopédagogue

Chargé de cours à l'Université de Sherbrooke au Département de l'enseignement au préscolaire et au primaire

Références

Gueguen, C. (2018). *Heureux d'apprendre à l'école*. Paris, France : Les Arènes.

Lecompte, J. (2014). *La bonté humaine: altruisme, empathie, générosité*. Paris, France : Odile Jacob.

MacNamara, D. (2017). *Jouer, grandir, s'épanouir*. Montréal, Québec : Éditions au Carré.

Pistorio, M. (2015). *Dis-moi qui tu aimes, je te dirai qui tu es*. Montréal, Québec : Édito.

Introduction

Depuis le début des temps, l'humain s'est révélé être un animal social enclin à créer des relations avec les membres de son espèce et avec son environnement. Le but principal de ces interactions est d'assurer sa survie et celle de sa descendance. Au fil des millénaires, suivant l'évolution de l'homme, ces relations se sont complexifiées.

Dans la civilisation actuelle, il a été établi, depuis peu de temps, que la relation entre un enfant et son parent est un facteur déterminant de son développement, et cela, dès sa naissance. En effet, comme le dit un proverbe juif, il y a deux choses primordiales que les parents doivent transmettre à leurs enfants : « Des racines et des ailes. Les racines lui permettent de développer des sentiments d'appartenance et de sécurité ; les ailes lui permettent d'explorer le monde. Les deux sont importantes pour l'épanouissement personnel, mais les racines précèdent les ailes » (Noël, 2003, p. 150). Malheureusement, pour certains enfants, des difficultés dans leur milieu familial peuvent les empêcher de faire pousser leurs racines si importantes à leur développement. Ces obstacles nuisent à la construction d'une relation d'attachement harmonieuse essentielle à leur croissance.

Une fois à l'école, ces enfants doivent établir des relations d'attachement avec leur entourage, et plus particulièrement avec leur enseignant. C'est alors que leur bagage et leurs expériences affectives passées imprègnent leurs nouveaux liens d'attachement, et ce, à plusieurs niveaux : les repères qu'ils ont dans leurs nouvelles relations, le type d'amitié qu'ils construisent, les problèmes affectifs qu'ils éprouvent en classe et surtout le style d'attachement qu'ils développent envers leur enseignant. Tout cela est influencé par le modèle qu'ils ont reçu dans le passé. Heureusement, des figures significatives au cours de l'enfance peuvent venir compenser les difficultés affectives vécues dans le milieu familial. En effet, des gens de l'entourage immédiat de l'enfant, comme ses grands-parents ou encore d'autres adultes, par exemple ses enseignants, ont le pouvoir de modifier sa façon de s'attacher.

Considérant cette réalité avec laquelle les enseignants du préscolaire et du primaire doivent composer dans leur quotidien ainsi que leur propre façon d'entrer en relation avec leurs élèves, il apparaît évident que leur rôle en tant que figures d'attachement devient fondamental. L'attachement agit comme la base de confiance sur laquelle les enfants se posent. Lorsqu'il est solide, il permet aux enfants de suivre leur enseignant à la manière d'une maman oie pour qu'il les guide dans leur parcours scolaire, car ils sentent qu'ils sont en sécurité et qu'ils peuvent compter sur lui, indépendamment de leurs difficultés affectives antérieures.

Il existe des manières simples de favoriser les relations d'attachement sécurisantes en milieu scolaire : ce sont les interventions affectives. En les appliquant dans le quotidien de la classe, un lien solide se construit entre l'enseignant et ses élèves, ce qui aide grandement à l'harmonie, aux apprentissages et à la réussite de tous. En effet, l'attachement est bénéfique pour tous les élèves, peu importe leur niveau de développement affectif, leur comportement en classe et

leur réalité familiale. Les outils qui sont proposés dans cet ouvrage permettent aux enseignants d'entrer en contact avec tous les enfants, autant ceux qui fonctionnent bien que ceux avec lesquels la gestion est plus ardue.

Concrètement, le présent ouvrage a pour but de venir en aide aux enseignants soucieux de leurs relations maître-élève de deux façons précises. Tout d'abord, en les aidant à développer leur sensibilité et leurs connaissances en lien avec l'attachement, et plus particulièrement celles ayant trait aux styles d'attachement dans leur classe. Ensuite, en les outillant pour déterminer les interventions affectives à privilégier afin de tisser des liens sains et sécurisants avec eux.

La première partie de cet ouvrage, constituée de deux chapitres, décrit les concepts clés permettant de bien comprendre l'attachement. De façon plus précise, le premier chapitre démontre l'importance de se soucier du développement de l'attachement en contexte scolaire devant le grand besoin des enfants d'être accompagnés affectivement par un adulte significatif. Les facteurs qui influencent les relations d'attachement en bas âge et à l'école sont ensuite expliqués. Puis, les ressources traitant de l'attachement en enseignement sont analysées.

Le chapitre 2, quant à lui, présente sommairement l'historique et les fondements de l'attachement, puis le modèle cognitif opérant qui guide la façon dont les humains entrent en relation avec les autres. Les différents styles d'attachement, qui permettent de mieux comprendre comment se comportent les élèves et les enseignants dans leurs relations, sont ensuite définis. Le processus de la transmission intergénérationnelle est également présenté. Enfin, le fonctionnement du cerveau et la neuroplasticité de celui-ci y sont expliqués afin de démontrer sa capacité à se restructurer et à induire de bons réglages en ce qui a trait à l'attachement.

Dans la deuxième partie de cet ouvrage, les enseignants trouveront des moyens concrets d'agir sur l'attachement. Effectivement, cette seconde partie fournit aux enseignants une banque d'interventions affectives qui s'appuient sur de nombreux exemples pratiques et qui peuvent être mises en place simplement dans leur classe. Ces interventions sont divisées en trois chapitres distincts. Ainsi, le chapitre 3 présente les interventions affectives verbales qui se réalisent principalement au moyen du langage. Le chapitre 4, quant à lui, contient les interventions affectives non verbales que les enseignants peuvent mettre en œuvre avec leur corps et leurs gestes, en recourant peu ou pas du tout à la parole. Enfin, le dernier chapitre, le chapitre 5, s'intéresse aux interventions affectives par association qui consistent à utiliser un tiers, humain ou objet, pour favoriser l'attachement entre l'enseignant et les élèves.

Tout au long des chapitres, des commentaires d'enseignantes, appartenant à chacun des styles d'attachement existant, viennent illustrer les aspects plus théoriques de l'ouvrage. Ces propos ont été recueillis auprès d'un groupe témoin d'enseignantes du préscolaire et du primaire lors d'une entrevue écrite réalisée en 2017 dans le cadre d'un projet de maîtrise.



Chapitre 1

L'attachement en contexte familial et scolaire

Dans ce chapitre, le parallèle entre l'attachement en milieu familial et celui en milieu scolaire est fait pour circonscrire le bagage affectif avec lequel les enfants se présentent à l'école de nos jours. Ce portrait sert aussi à démontrer l'incidence que les enseignants peuvent avoir en tant que figures d'attachement auprès des élèves. Puis, les facteurs qui influencent les enseignants dans la création de leur attachement sont brièvement abordés, ce qui permet d'introduire le concept des styles d'attachement. Ceux-ci seront davantage précisés par la suite, dans le chapitre 2. Finalement, les rares ressources traitant de ce dernier concept sont énumérées afin de relever la pertinence du présent livre dans les milieux scolaires.

L'accompagnement affectif des élèves

Une des conditions gagnantes pour la réussite scolaire est d'offrir aux élèves une sécurité affective. En effet, c'est dans un contexte de confiance et de non-jugement que les enfants peuvent développer au maximum leur potentiel. Or, en tant qu'enseignants, nous n'avons pas toujours conscience de l'importance que nous pouvons avoir sur ce plan dans l'ensemble de la classe.

Certains enfants, à défaut de créer des relations d'attachement significatives avec des adultes, en viennent à se sous-estimer, à se sentir inefficaces, à adopter des comportements perturbateurs ou à manifester un désintérêt à l'égard de l'école. La même chose est observable concernant les enfants ayant des troubles d'attachement qui ne sont pas liés à leur scolarisation, c'est-à-dire les enfants ayant des difficultés d'attachement qui sont apparues en bas âge, avant leur entrée à l'école. Ce problème est fréquent dans la société québécoise ainsi que dans plusieurs autres pays occidentaux. Effectivement, dans les familles occidentales ayant un statut socioéconomique moyen, de 25 à 35 % des enfants éprouveraient des difficultés d'attachement avec leur première figure d'attachement, généralement leur mère (Girard, Lemelin, Provost et Tarabulsky, 2013). Il est donc logique de se demander avec quel bagage affectif les enfants se présentent à l'école préscolaire et primaire de nos jours.

La relation que les élèves vivent avec leurs parents influence leur parcours scolaire, tout comme celle qu'ils créent avec leurs enseignants. Cela est facilement observable une fois la scolarisation commencée. Il est fréquent de constater que des élèves évitent ou s'opposent à leur enseignant une fois à l'école, tandis que d'autres sont constamment à la recherche d'attention. Ces comportements sont observables à tous les niveaux scolaires, et souvent dès le début de la maternelle. Inversement, il est également possible de voir des enfants faire des efforts et performer pour faire plaisir à leur enseignant ou simplement parce que celui-ci leur a demandé de le faire.

Comment cette différence entre les comportements d'enfants du même âge s'explique-t-elle? Autrement dit, pourquoi certains s'opposent-ils à leur enseignant ou recherchent-ils constamment son attention, alors que d'autres fonctionnent sans difficulté? Entre autres parce que la plupart des enfants ont développé un modèle d'attachement sécurisant avec leurs parents et qu'ils réussissent à le transposer à leur enseignant. Ils font confiance à l'adulte à qui ils sont confiés, car ils ont expérimenté une relation sécurisante avec leur modèle parental. Aussi – et surtout – parce que plusieurs enseignants parviennent à tisser des liens significatifs avec leurs élèves, même avec ceux en difficulté que plusieurs adultes croient irrécupérables. Lorsqu'un enseignant crée un lien de confiance avec un élève, qu'il ait ou non des difficultés d'attachement dans son milieu familial, des comportements favorables aux apprentissages sont observés, car «l'attachement incite à l'attention, l'anxiété la mine. Lorsque l'enfant n'est pas préoccupé par la recherche d'un contact émotionnel, son cortex préfrontal est libre de consacrer son attention au travail à faire» (Maté, 2001, p. 153).

Grâce à divers moyens qu'il est possible de mettre en place dans une classe et qui seront présentés en détail dans la deuxième partie de ce livre, il est réalisable de répondre aux besoins d'attachement des élèves afin de les aider à vivre des réussites scolaires.

Voici quelques exemples de ce que l'enseignant peut faire. Il peut :

- mettre en place des routines fixes qui reviennent jour après jour ;
- offrir à chaque élève un petit moment seul à seul au cours de la semaine, même si cela ne dure que deux minutes ;
- avertir les élèves en cas d'absence ;
- remettre aux élèves une photo de lui-même pour qu'ils l'apportent à la maison et qu'ils puissent ainsi plus facilement penser à lui lorsqu'ils en ressentent le besoin ;
- saluer chaque élève à leur arrivée le matin afin que tous se sentent accueillis et appréciés ;
- faire de même avec les parents qu'il a la chance de croiser à l'école et qui sont les premières figures d'attachement des enfants, car ils peuvent agir comme un pont entre leur enfant et le milieu scolaire.

Intervention 3



Être à l'écoute

L'écoute constitue la base de la communication. Si nous écoutons attentivement les enfants nous raconter les choses banales de leur quotidien, nous leur donnerons envie de nous parler des choses plus importantes lorsque celles-ci surviendront. C'est un aspect très important de la composante verbale que d'être à l'écoute.

Lorsqu'un enfant vit une situation difficile, un enseignant devrait se montrer disponible pour l'accueillir dans sa souffrance plutôt que de forcer la discussion. L'obliger à parler de ce qui lui cause de la colère ou du chagrin risque de créer un blocage chez l'enfant ayant un style d'attachement insécurisant (Gueguen, 2014). Effectivement, démontrer à l'enfant que nous sommes disponibles pour parler avec lui sans l'obliger à répondre à nos questions est très apaisant pour le cerveau émotionnel de l'élève. Souvent, dès que les adultes changent d'attitude, modifient leur communication, parlent moins et écoutent davantage, les blocages de l'élève disparaissent comme par magie (Bombèr, 2012). Les enseignants devraient donc éviter de mettre de la pression sur l'enfant pour rester à l'affût du moment où ce dernier sera prêt à parler. Écouter l'enfant lui permet de parler au « je », et donc de revendiquer ses émotions, ses sentiments et ses pensées. Dans une certaine mesure, cela l'aide à reprendre le contrôle de ce qui arrive dans sa vie. Cette attitude peut sembler banale, mais elle est nécessaire pour créer une relation de confiance dans laquelle l'élève peut s'épanouir en se sentant considéré et respecté par l'adulte (Filliozat, 2009).



Témoignage attachant

Je me souviens d'une élève qui ne voyait plus sa mère depuis un an en raison d'une décision de la Direction de la protection de la jeunesse pour grave négligence parentale. Au cours de l'année scolaire, elle avait été autorisée à revoir sa fille quelques heures par semaine sous la supervision d'un autre adulte. J'avais été mise au courant que le moment de la première rencontre était pour bientôt, mais la petite refusait d'en parler. J'ai respecté son silence. Puis, au bout de quelques jours, alors que je lui ai raconté une anecdote à propos de la façon dont j'avais soigné mon chien malade, ma jeune élève m'a dit : « Il a de la chance, ton chien, d'avoir une maman qui s'occupe de lui. » Cette phrase me démontrait qu'elle était prête ; elle me tendait une perche. Grâce à la sensibilité et à la conscience réflexive que j'avais réussi à développer au cours des années, j'ai su saisir l'occasion. Je lui ai donc répondu : « Oui. Il a de la chance... Tu sais, tu as le droit d'avoir de la peine ou de la colère parce que ta maman ne prend pas soin de toi comme tu le voudrais. » Elle m'a simplement répondu : « Je sais. » Puis, de longues secondes se sont écoulées, une minute, puis deux minutes à marcher à ses côtés dans la cour d'école et elle n'a rien ajouté. C'était tout. Il ne faut pas pousser un enfant à parler d'un sujet difficile. Quand la cloche a sonné, elle a simplement dit : « Merci d'être là, Madame Jennyfer. »

Intervention 21



Donner des points d'ancrage

En début d'année scolaire, lorsque les enseignants doivent travailler très fort à la construction du lien entre eux et leurs élèves, il existe des interventions affectives non verbales simples à utiliser. Par exemple, un enseignant peut remettre une photo de lui à ses élèves pour qu'ils l'apportent à la maison. Ainsi, les élèves ont un point d'ancrage à la portée de la main pour se rappeler leur enseignant, car «en s'accrochant à ce que nous lui donnons, il s'accroche à nous» (Neufeld, 2008a, cité dans Laflamme, 2014, p. 171).

De même, écrire des petits mots que l'on dépose sur les tables ou les pupitres des élèves à la rentrée ou lors des différentes fêtes de l'année (Noël, Saint-Valentin, etc.) est une intervention non verbale très efficace pour susciter l'attachement.

Personnellement, en début d'année, lorsque la folie de la rentrée est passée, je divise ma liste d'élèves en cinq ou six parties et, le lundi matin, j'écris un petit mot sur un papillon adhésif à chaque élève du premier groupe de la liste. Puis, le lundi suivant, c'est au tour du deuxième groupe et, le lundi subséquent, au tour du troisième groupe, et ainsi de suite. J'écris ainsi un petit mot à chaque élève de la classe. Il est étonnant de constater combien ces petits messages sont précieux pour les enfants. Certains les conservent avec leurs effets personnels jusqu'à la toute fin de l'année.

